

LA MONTÉE DU TREMPLIN

Le dimanche 20 Août 2023 de 16h30h à 21h au domaine de ski nordique des Bas Rupts à Gérardmer.

Organisé par: ATHLE VOSGES VALLEE des LACS et de la Cleurie l'AS GERARDMER SKI ALPIN et l'ESF de Gérardmer

Règlement de course:

- **Qualification** (2 montées libres maxi/athlète) de **17h30 à 18h15** ; seul le meilleur temps est retenu pour la qualification pour les 1/2 finales- nés en 2007 et avant
- Animation **Montée des jeunes** groupée (sur la partie réception du tremplin- 150 m pour 50m+) à **18h15** - nés en 2008 et après – sans classement, **sans inscription**
- **1/2 Finales** F et H à **18h30** (maxi 20 athlètes par course)
- **Montée des familles** sous forme de relais par équipe de 2 à **19h**. Le relai est donné au niveau du haut de la piste de réception. Les équipes seront composés de un enfant né en 2008 et après pour la partie réception et de un(e) membre de sa famille né en 2007 et avant (frère/soeur/parent/oncle/tante/grand parent...). **sans inscription**
- **Finales** F et H à **20h** (maxi 20 athlètes par course)
- **Remise des prix** à **20h45**
- Inscriptions :
Sur courirvosges.com avant le 19 Août minuit ou sur place avant 17h00 dernier délai
- Tarifs : 15 euros dont 7,5 de ticket restauration
- Contact email: monteedutremplin@gmail.com